

**令和7年度 TOYAMA アスリートマルチサポート事業
第3回体力測定会・集合講習会を開催しました！
11月22日（土）12:30～16:00**

TOYAMA アスリートマルチサポート事業では、様々な医・科学分野の先生方による、集合講習を開催しています。第3回目は選手の体力測定会と指導者・保護者対象のスポーツメンタル&スポーツ栄養講習会を富山県西部体育センターにて行いました。

測定会にはトレーニングを積んだ高校生と大学生の選手からの参加申込が多かったため、より専門的な筋力測定を実施しました。富山県総合体育センターと富山県西部体育センターでは対象の選手によって、測定内容をカスタマイズしながら、年齢やレベルに合った測定を提案しています。選手からは「普段と違った環境で測定が出来て良かった」「測定数値を見るのが楽しみ」と言う声が上がりました。

指導者・保護者対象の集合講習会は保護者の参加が多かった事から、スポーツメンタルでは保護者目線の声かけや対処法、栄養講習は栄養調査を事前に実施して、普段の生活で活かせる内容のお話をさせていただきました。受講者からは「この先のスポーツ人生の参考になった」「今まさに悩んでいる事だったので、早速実践してみようと思う」「甘えていた部分を見直す良い機会になった」との感想をいただきました。



～今後の集合講習会の予定～

- 12/21 指導者・保護者対象集合講習会（栄養＆コンディショニングについて）
選手対象トレーニング集合講習会（体力測定）@総合体育センター
- 12/21 選手対象集合講習会（トレーニング）@総合体育センター
- 1/24 選手・保護者・指導者対象 集合講習会
(コンディショニング・リカバリーについて) @富山県高岡総合プール